

Συμβουλές για τη Διατήρηση της Επαφής με την Οικογένεια και τους Φίλους:

- Πραγματοποιήστε τακτικές τηλεφωνικές κλήσεις με την οικογένεια ή τους φίλους σας, ειδικά εάν εσείς ή αυτοί ζουν μόνοι τους.
- Δημιουργήστε μία γραπτή λίστα των πλησιέστερων συγγενών/της στενής οικογένειας ή των φίλων σας για επικοινωνία σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.
Συμπεριλάβετε τα ονόματά τους, τους αριθμούς τηλεφώνων και τις διευθύνσεις τους. Κρατήστε τη λίστα επαφών έκτακτης ανάγκης στο πορτοφόλι σας ή τη τσάντα σας.
- Βεβαιωθείτε ότι οι πλησιέστεροι συγγενείς/Επαφές Έκτακτης Ανάγκης γνωρίζουν τον τρέχοντα τηλεφωνικό αριθμό σας και τη διεύθυνση κατοικίας σας.
- Εάν ζείτε μακριά από τα μέλη της οικογένειάς σας, έχετε τα στοιχεία επικοινωνίας του γείτονά τους ή κάποιου άλλου που είναι σε επαφή με τους συγγενείς σας.
- Γράψτε τον αριθμό τηλεφώνου άλλων μελών της οικογένειας και δώστε τον στα παιδιά σας, ώστε τα παιδιά σας να μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί τους εάν αρρωστήσετε.
- Εάν είστε άρρωστοι και πρέπει να πάτε σε νοσοκομείο θυμηθείτε να πάρετε το τηλέφωνό σας και τον φορτιστή σας.
- Μοιραστείτε αυτές τις συμβουλές με άλλους!



Άλλες Χρήσιμες Συμβουλές:

- Αν έχετε συνταγογραφούμενα φάρμακα, βεβαιωθείτε ότι οι λεπτομέρειες αυτών καθώς και τυχών αλλεργιών μπορούν να βρεθούν εύκολα, για παράδειγμα με τη Λίστα Επαφών Έκτακτης Ανάγκης.
- Έχετε συζητήσει τις επιθυμίες σας με τους πλησιέστερους συγγενείς/με τις επαφές έκτακτης ανάγκης, εάν ήσασταν σοβαρά άρρωστοι λόγω του COVID-19;

Κάρτα Επαφής Έκτακτης Ανάγκης

- Εάν αρρωστήσετε και δεν μπορείτε να επικοινωνήσετε, ίσως θελήσετε οι εργαζόμενοι στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να ενημερώσουν κάποιον.
- Μη διστάσετε να χρησιμοποιήσετε αυτή την Κάρτα Επαφής Έκτακτης Ανάγκης και να διατηρήσετε αυτή την κάρτα στο πορτοφόλι ή στην τσάντα σας.
- Συμπεριλάβετε τα στοιχεία σας και τα στοιχεία του πλησιέστερου συγγενή σας (ένα μέλος της οικογενείας σας, φίλος ή άλλο αξιόπιστο πρόσωπο που έχει δώσει τη συγκατάθεσή του για την εγγραφή των στοιχείων του σε αυτή την κάρτα και για να επικοινωνήσουν μαζί του σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης). Αυτό το άτομο δεν έχει νομικά ή οικονομικά δικαιώματα ή ευθύνες. Είναι πιο εύκολο για την επικοινωνία με τους εργαζόμενους στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης εάν μία από τις Επαφές Έκτακτης Ανάγκης μιλάει αγγλικά.
- Συμπληρώστε τη φόρμα στα ΑΓΓΛΙΚΑ, ώστε οι εργαζόμενοι στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να μπορούν να διαβάσουν τις πληροφορίες. Εάν δεν μπορείτε να γράψετε στα ΑΓΓΛΙΚΑ ζητήστε από κάποιον να σας βοηθήσει. Μια μεταφρασμένη έκδοση αυτής της κάρτας βρίσκεται στην επόμενη σελίδα.
- Εάν δεν μπορείτε να το εκτυπώσετε αυτό, θα μπορούσατε να γράψετε τις ίδιες πληροφορίες στα ΑΓΓΛΙΚΑ σε ένα κομμάτι χαρτί και να το διατηρήσετε στο πορτοφόλι σας ή στην τσάντα σας.
- Αυτές είναι οι πληροφορίες σας. Μην τις στείλετε στον Ερυθρό Σταυρό.



Αγγλική έκδοση

CUT	FOLD
 BritishRedCross Emergency Contact Card About you Name..... Date of birth..... Phone number..... Address..... Language(s) spoken..... GP / Family doctor..... GP phone number.....	Next of Kin / Emergency Contact Name..... Relationship to you..... (It can be family or a friend) Phone number..... Address..... Language(s) spoken..... If under 18 yrs, how old are they? Do they live in UK? (please circle) Yes No If you have no next of kin, please write "No contact"
Additional Emergency Contact Name..... Relationship to you..... (It can be family or a friend) Phone number..... Address..... Language(s) spoken..... If under 18 yrs, how old are they?..... Do they live in UK? (please circle) Yes No	<i>Have you discussed your wishes with your Next of Kin/ Emergency Contacts, if you were seriously ill due to COVID-19?</i> Please keep this card in your wallet or purse redcross.org.uk/trace 

Κάρτα Επαφής Έκτακτης Ανάγκης

- Παρακαλούμε όπως γράψετε τις απαντήσεις σας στην ΑΓΓΛΙΚΗ έκδοση αυτής της Κάρτας Επαφής Έκτακτης Ανάγκης.

Μεταφρασμένη έκδοση

ΚΟΨΤΕ	ΔΙΠΛΩΣΤΕ
 BritishRedCross Κάρτα Επαφής Έκτακτης Ανάγκης Για εσάς Όνομα Ημερομηνία γέννησης Αριθμός τηλεφώνου Διεύθυνση Ομιλούσα(-ες) γλώσσα(-ες) Γενικός Ιατρός / Οικογενειακός Ιατρός Αριθμός τηλεφώνου Γενικού Ιατρού	Πλησιέστερος Συγγενής/Επαφή Έκτακτης Ανάγκης Όνομα Σχέση με εσάς (μπορεί να είναι μέλος οικογένειας ή ένας φίλος) Αριθμός τηλεφώνου Διεύθυνση Ομιλούσα(-ες) γλώσσα(-ες) Εάν είναι κάτω των 18 ετών, πόσο ετών είναι; Αυτοί διαμένουν στο Η.Β.; (παρακαλώ κυκλώστε) Ναι Όχι Εάν δεν έχετε πλησιέστερο συγγενή, παρακαλώ γράψτε "καμία επαφή"
Πρόσθετη Επαφή Έκτακτης ανάγκης Όνομα Σχέση με εσάς (μπορεί να είναι μέλος οικογένειας ή ένας φίλος) Αριθμός τηλεφώνου Διεύθυνση Ομιλούσα(-ες) γλώσσα(-ες) Εάν είναι κάτω των 18 ετών, πόσο ετών είναι; Αυτοί διαμένουν στο Η.Β.; (παρακαλώ κυκλώστε) Ναι Όχι	<i>Έχετε συζητήσει τις επιθυμίες σας με τον Πλησιέστερο Συγγενή/Επαφή Έκτακτης Ανάγκης εάν ήσασταν σοβαρά άρρωστοι λόγω του COVID-19;</i> Παρακαλούμε κρατήστε αυτή την κάρτα στο πορτοφόλι σας ή τη τσάντα σας redcross.org.uk/trace 

ΔΙΠΛΩΣΤΕ